

## Der Sattel



Marie Symbill

Das Werk einschließlich aller seiner Texte ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der engen Grenzen des Urheberrechts ist ohne Zustimmung des Herausgebers unzulässig und strafbar. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Übersetzungen, Reproduktionen und die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen.

## Gedankenanstöße über den passenden Sattel

**These:** Ein Sattel muß dem Pferd passen, seine Bewegungsfreiheit erhalten, das Reitergewicht optimal verteilen und dem Reiter in der Sitzfindung helfen. Betont wird „helfen“; der Sattel darf es dem Reiter nicht abnehmen, Reiten und Sitzen zu lernen.

In dem heutigen Praxistip wollen wir Reiter zunächst anregen, über eine Komponente des dem Pferd zugewandten Teils des Sattels nachzudenken: die Sattel-Polsterung.

Entscheide ich mich für einen Sattel mit Polstern oder Kissen?

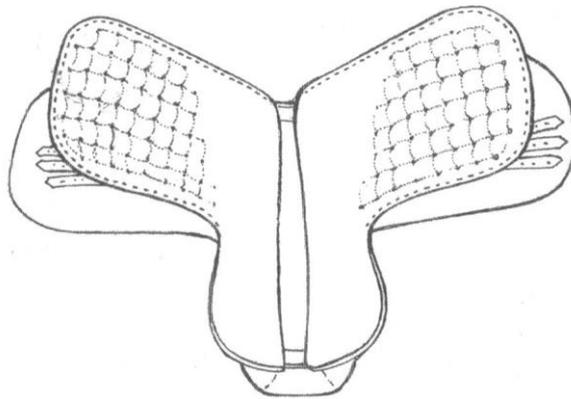


**Sattel 1 links:** konventionell schmale, oft dick gestopfte Polster

**Sattel 2 Mitte:** breite Polster, wenig gefüllt, um den Druck auf die Rückenstrecker zu optimieren

**Sattel 3 rechts:** mit Flanell-Kissen und Schafwoll-Füllung, die das Gewicht maximal verteilen

Die englischen Jagdsättel von Ende des 19. bis Mitte des 20. Jahrhunderts – auch Pritschensättel genannt – werden beschrieben als Sättel, die sich durch besonders große Auflageflächen auszeichnen. Dies wurde durch die Gestaltung der Sattelkissen erreicht. Die Kissen folgten der Form des Sattelblattes und erstreckten sich über dessen ganze Größe, wobei die untere Hälfte wie abgesteppt aussah (Sattel 3 auf der vorherigen Seite und Sattel 4 unten). Dies diente vermutlich dazu, dem Reiterbein näheren Kontakt zum Pferd zu ermöglichen, ohne darauf zu verzichten, diese Fläche auch zur Gewichtsverteilung zu nutzen. Noch dazu kann der Sattler wahlweise in jedes abgestepte Karo mit hineinpolstern, um der tatsächlichen Form des Pferderückens zu folgen.



Sattel 4, Abbildung aus: Edwards (1990).

Das Reitergewicht über das ganze Ausmaß der Auflagefläche zu verteilen, wurde als essentiell erachtet, insbesondere hinsichtlich der Tatsache, dass damals lange Distanzen und viele Stunden im Sattel verbracht wurden: Die Pritsche wurde für die Jagd aus dem Schulsattel heraus entwickelt und diente bis nach dem 2. WK als Offizierssattel in der Kavallerie.

Die heutige moderne Sattelpolsterung unterscheidet sich von den Sattelkissen jener Zeit. Ist die veränderte Nutzung des Pferdes Grund genug, Sättel zu bauen, die die bestmögliche Druckverteilung in Frage stellen? Auch wenn das heutige Pferd durchschnittlich nur 1 h am Stück geritten wird, sollte nicht trotzdem das Gewicht auch für diese 1 Stunde perfekt verteilt werden?!

Edwards, E.H. (1990) schreibt: *„Es gab damals eine weitaus größere Besorgnis um die richtige Passform des Sattels und ein größeres Bewusstsein über die Behaglichkeit des Pferdes.*

Sind nicht die sattelbedingten Rückenprobleme hauptsächlich auf hohe Druckwerte zurückzuführen? Dies ist mittlerweile wissenschaftlich belegt, ebenso wie der Bezug zur Polsterung (neben der „optimalen Passform“ – zu der auch Die Gestaltung des Baumes, Form, Länge und Richtung der Orte uvm. gehören).

Wie gesagt, dieser Beitrag soll keine Lösung anbieten, das füllt den Rahmen eines Buches - er soll Gedanken anstoßen zum Wohle unserer Pferde!

Hier im **2. Teil** folgt eine weitere Diskussions-Anregung durch einen kleinen Exkurs in die „gute alte Zeit“, in der noch sehr viel Wert auf das Sitzen-Lernen gelegt wurde und alles länger dauerte (auch die Ausbildung und das Leben des Pferdes).

Provokation gelungen? dickes smile!

Nachstehend und auf der folgenden Seite sind Sättel aus dem Zeitraum 1850-1950 abgebildet. Man erkennt den sehr flachen Sitz, minimale Pauschen und breite Schnuren-Gurte. Die Sitzfläche bietet Raum, sich vom Pferd hinsetzen zu lassen – wenn man es ausschöpft, auch deutlich weiter hinten als es heute ein Pferde-Osteopath erlauben würde: Ein noch wenig versierter oder nicht mehr geschmeidiger Reiter stört im Bereich 12./13. Brustwirbel – im tragenden Teil des Rückens - kaum.

Liegt der Schwerpunkt sogar im Bereich 14.-16. Brustwirbel – im beweglichen Teil des Rückens – **muß** man absolut losgelassen und frei balanciert mit-schwingen können, um keinen Schaden anzurichten!

Der sich dahinter anschließende kraftübertragende Teil des Rückens – insb. der Übergang des letzten Brustwirbels zum 1. Lendenwirbel und die Lende dürfen nicht von dem Sattel oder dem Reiter benutzt werden.





Kann der junge Reiter noch nicht mit dem Platz in einem Pritschensattel umgehen, kann er sich notfalls den Schwerpunkt des Sattels vorverlagern und im Leichtsitz reiten (es genügt 1-2 Grad vor der Senkrechten – gerade so, daß die Last vom Oberschenkel mitgetragen wird und das Gesäß leichter im Sattel ist. Um den Schwerpunkt vor zu verlagern, darf man hinten nur leicht unterlegen. Würde man z.B. 1-2 cm dicke handelsübliche Keile verwenden, droht der Flachsattel im Gegenzug auf die Schulter zu kippen. Eine gute Lösung ist ein Woilach, der hinten einmal umgeschlagen wird.

Der fortgeschrittene Reiter kann das Pferd „unter sich hervortreten lassen“ und wird mitgenommen. Der auf diese Art und an diesem Ort im Sattel sitzende Reiter bekommt jede! Bewegung des Pferdes ab/mit - muß also maximal geschmeidig sitzen, lernt es nun aber auch.

Entscheide ich mich für einen sogenannten Pritschensattel, habe ich die Chance – aber auch die Notwendigkeit, ggf. neu reiten zu lernen.

Zur Verdeutlichung für die Diskussion - selber langwierig sitzen lernen oder mit suggerierter Sicherheit aufs Pferd geklemmt werden (und zu glauben, man kann in kürzester Zeit reiten lernen)

hier der Vergleich

der flachen Pritsche ohne Pausche und  
viel Platz zum sich-Hinsetzen



zum momentan modernen tiefen Sattel  
mit wenig Platz und viel Pausche



Zu Beginn dieses Praxistipps wurde erklärt, warum Pritschensättel gut für das Pferd sind. Sodann ging es um die Möglichkeiten, die diese Sitzform dem Reiter bietet, was er nun alles spüren und bewirken kann.

Die heutigen Dressursättel verfügen meist über eine sehr tiefe Sitzfläche, die dem Reiter das Becken vor kippt und ins Hohlkreuz zwingt, wenn er mit aufrechtem Oberkörper reitet. Die meist dicken und hoch reichenden Pauschen drücken den Oberschenkel in die Nähe der Senkrechten, was wiederum zu einer Beckenstreckstellung führt und eher das Schambein als die Sitzbeine belastet.

Auf den folgenden Bildern sieht man erfahrene Reiter im Trab: auf demselben Pferd, in demselben Sattel und das erste Mal in diesem für sie ungewohnten Flachsattel. Alle fühlen sich zwar auf Anhieb wohl und staunen über das, was sie nun vom Pferd alles fühlen – aber alle haben anfangs Mühe, ihren Sitz zu finden. Erschreckend war für alle die Erkenntnis, komplett die Mobilität des Sitzes verloren zu haben.

**Links:** Zu weit hinten;  
**Mitte:** fast Stuhlsitz,  
zu weit hinten; **rechts:**  
kippt vorn über,  
klammert



Hier Bilder des 3. Reiters, wie er im Trab versucht, probiert, zulässt und lernt:



Kippt vor, sitzt zu weit hinten,  
will alles neu machen

Spaltsitz, Hohlkreuz,  
Erinnerung an den tiefen  
Sattel

Nimmt nun Platz,  
beginnt zu verstehen.



**Sitz gefunden:** Aussitzen mit leichter Lordose (etwas Hohlkreuz) und leicht angespanntem Unterbauch, Fersen ins Lot unter die Hüfte aber nicht tiefer als der Zeh damit der Reiter aufs „Knie sinken kann“.

Der frühere tiefe Sattel mit den dicken Pauschen nahm dem Reiter auf der vorherigen Seite die Mobilität des Sitzes. Nun findet der Reiter seinen - diesem Pferd und dessen aktuellen Ausbildungsstand angepaßten! - Sitz. D.h., der Sitz kann sich im Flachsattel entwickeln und aktuellen Gegebenheiten anpassen!

Hier derselbe Reiter auf einem anderen Pferd im Trab, ebenfalls das erste Mal in einer Pritsche. Flacher Sitz, extrem glattes Schweinsleder des 100jährigen Sattels und ein sehr stark schwingendes Pferd:

**Links:** Stuhlsitz, Hohlkreuz; **Mitte:** Klammern, Knie u. Absatz hoch; **rechts:** nimmt nun Platz.



*Sitz gefunden*

Der Reiter akzeptiert, daß Knieschluß nichts bringt, man stattdessen auf dem Po Platz nimmt und jetzt mit den Hüften wechselseitig mitschwingt. Der Reha-Phase dieses Pferdes geschuldet, ist der Oberkörper mit geradem Rücken leicht vor der Senkrechten. Als Gegenlager zum Vorneigen des Oberkörpers, ist die Ferse parallel zum Zeh. Die Ferse tiefer würde die Wade sofort vorrutschen lassen und man bliebe bei diesem Pferd hinter der Bewegung zurück. Damit ist das ein Sitz für ungeschulte Pferde/Reiter oder rekonvaleszente Pferde, die den Reiter noch nicht sitzen lassen können, deren Bauch den Rücken mit Reiter noch nicht tragen kann oder die sich noch nicht trauen.